

クロス・レター



旭川赤十字病院

日本赤十字社

第7号

旭川赤十字病院広報委員会 発行

放射線科部



乳がん検診を1度受けていれば、
乳がんはしばらく大丈夫?! ○か×?



答え = ×

2006年度から、乳がん検診は、「40歳以上の女性に対し、2年に1回視触診及びマンモグラフィによる併用検診」が厚生労働省より推奨されてます。

2年に1回というのは、国の研究により乳がんによる死亡する率を減らせると認められた頻度です。年1回なら、さらに乳がんによる死亡する率が減ることがわかっています。

乳がんには、しこりを作らない種類のがんや触れることができない小さいしこりのがんがあります。

自分で触って分かるしこりのサイズは、1~2cm以上といわれ、その大きさですでにリンパ節などに転移する「進行がん」の場合も。

乳がんの予防法はありません！
唯一の方法は、検診による早期発見！

誰でもできる
自己検診のやり方は
裏面に！

しこりみたいなもの（痛いところ）があるから、乳がん検診を受けてみようかな?!



「がん検診」は、日常生活をおくるうえで特に健康上の大きな問題を抱えてない、無症状の人を対象にしています。

自覚症状のある人は、すぐに「医療機関の受診」をおすすめします。

自分でもみつけられるから、 毎月1回の自己検診(セルフチェック)

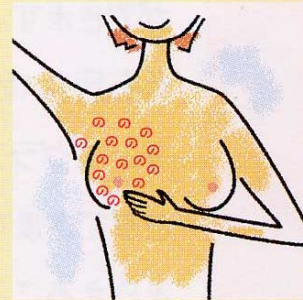


乳がんは、自分でもみつけることができる数少ないがんのひとつです。生理が始まって1週間後くらい、乳房のはりや痛みがなくなり柔らかい状態の時に自分でチェックしてみましょう。

指でふれてチェック

お風呂やシャワーの時、石鹸がついた手でふれると乳房の凹凸がよくわかります。

- ① 4本の指をそろえて、指の腹とろっ骨で乳房をはさむようにふれます。「の」の字を書くように指を動かします。しこりや硬いこぶがないか、乳房の一部が硬くないか、わきの下から乳首までチェックします。
- ② 乳房や乳首をしぼるようにして乳首から分泌物がないかを調べます。



乳房で気になることがあれば、どこに行くの？

すぐに乳腺外科、乳腺科、外科の乳腺外来など、乳腺の専門医のもとできちんと診察・検査を受けて、診断してもらうことが大切です。

■理念

赤十字の基本理念に基づき、個人の尊厳および権利を尊重し、質の高い医療を提供します

■基本方針

1. 患者様の人権と意思を尊重した病院環境を造ります
2. 急性期医療を中心にして診療を進めます
3. 救急医療の充実に努めます
4. 地域の医療機関等との連携を推進します
5. 国内外の災害時の医療活動に貢献します
6. 職員の教育、研修を充実させます
7. 健全経営に留意して、その結果を社会に還元します

■私たちは患者さまの権利を尊重します

1. 適切な医療を受ける権利
2. 医療に関して知る権利
3. 医療行為を自分で選ぶ権利
4. プライバシーを保障される権利
5. 人権を尊重される権利
6. セカンドオピニオンを受ける権利